

# 《老年大学统编教材 舞蹈教程》

## 图书基本信息

书名：《老年大学统编教材 舞蹈教程》

13位ISBN编号：9787532871230

10位ISBN编号：7532871231

出版时间：2012-4

出版社：山东教育出版社

作者：周玉

页数：160

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《老年大学统编教材 舞蹈教程》

## 内容概要

中老年形体舞蹈训练追求的目标是为了获得健康的身体、健美的体形、端正的身体姿态而进行身体练习,所以,它不同于演员为表演而进行的技巧性训练.中老年形体舞蹈训练主要是通过舞蹈的科学训练方法,改变中老年人由于年龄增长带来的形体变化,以塑造健康、健美的形体和提高艺

## 书籍目录

第一章 总论

第二章 舞蹈形体训练

第一节 芭蕾基本功训练

第二节 古典舞身韵训练

第三章 中国汉族民间舞蹈

第一节 东北秧歌

第二节 胶州秧歌

第三节 海阳秧歌

第四章 中国少数民族民间舞蹈

第一节 藏族舞蹈

第二节 傣族舞蹈

第三节 蒙古族舞蹈

第四节 维吾尔族舞蹈

第五章 中外舞蹈简介

第一节 中国民族民间舞蹈

第二节 外国舞蹈

# 《老年大学统编教材 舞蹈教程》

## 精彩短评

- 1、这本书是一本浅显易懂，内容丰富的书，比较适合入门级别的舞迷们看
- 2、这是一本中老年人学习舞蹈的基础书，讲得很好。
- 3、内容介绍很详细，而且有图说明，简单易懂

# 《老年大学统编教材 舞蹈教程》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)